

スクールカウンセラーだより

令和7年5月



スクールカウンセラー

田中 美早

千坂 隆幸

平野 唯

緑中学校のみなさん、こんにちは！スクールカウンセラーです。4月は、1年生は毎日新しいことばかりだったかと思いますがGWが明けて少し落ち着いてきたでしょうか。2,3年生は進級して新しいクラスでの生活に少しずつ慣れてきましたか。新しい環境に慣れてきたとはいえ、まだまだ疲れを感じる時期でもあるので、こころもからだもリラックスできる時間を見つけて、ときにはひとやすみも忘れないでくださいね。学校生活では、楽しいことや大変なこと、いろいろなことを感じるかと思います。時間がたてば自然とおさまることも多いですが、話したり、気楽に過ごせたりする場所があることで、安心し、心配ごとが軽くできたらと思っています。

今年度はカウンセラーが1人変わりました。みなさんが学校で安心して過ごせるよう先生方と一緒に手伝いしていきます。北側の2階に相談室があるので、心のどこかでぜひ知っておいてくださいね。これから1年生とは全員面接で少しずつお会いしています。1年生の全員面接の時期以外は、昼休みや放課後、相談室でお話できますので、ぜひ来てみてください。



スクールカウンセラー自己紹介

平野 唯 金曜日

今年度から金曜日に緑中学校でお世話になります、平野です。困りごとや悩みがあるとき、友だち、家族の人、先生など相談相手は周りにたくさんいるかと思います。スクールカウンセラーはそのうちのひとりです。どんなことでも大丈夫ですので、なんとなくもやもやするなと思ったら、気軽に話してみてくださいね。1年間よろしくお願いします。

田中 美早 火曜日もしくは水曜日

〈好きなこと・もの〉

- 韓国のバラエティを見たり、本を読んだりすること。話せます(*^~^)
- 植物を育てること…右の絵のような多肉植物が、家に250鉢位あります。
- 旅行…韓国や台湾によく行きます。行ったことがないところに行くのも楽しみです。



千坂 隆幸 木曜日

みなさんこんにちは。木曜日担当の千坂(ちさか)です。

1年生は入学、2年生は進級、3年生は進級と進学と、それぞれいろいろな新しい環境・刺激に出会っていることと思います。楽しい、うれしい、モヤモヤする、イライラする、様々な気持ちになると思います。そんな時もし困ったことがあったら気軽にお話しに来てね。1年間よろしくお願いします。



相談したいときは

ゆっくり話してみたいと思ったら、直接カウンセラーに声をかけるか、担任の先生や学年の先生などに伝えてください。カウンセラーがいる休み時間や放課後に、相談室でお話ができます。

♪申し込み方法♪

① 生徒本人は

- ・担任や関係の先生等に予約を申し込む。
- ・直接スクールカウンセラーに申し込む。
- ・相談室横にある予約表に予約を入れる。

(名前は記入しなくていいです。)

② 保護者の方は

- ・生徒同様、担任や関係の先生等に申し込む。
- ・カウンセラーがいる日に、直通電話(042-383-1212)へ申し込む。



スクールカウンセラーがいる日

5月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|----|----|----|----|
| | | | ① | 2 |
| 5 | 6 | ⑦ | ⑧ | ⑨ |
| 12 | ⑬ | 14 | 15 | 16 |
| 19 | 20 | ⑲ | ⑳ | ㉑ |
| 26 | ⑳ | 28 | ㉑ | 30 |

6月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|----|----|----|----|
| 2 | ③ | 4 | ⑤ | ⑥ |
| 9 | ⑩ | 11 | ⑫ | ⑬ |
| 16 | 17 | ⑱ | ⑲ | ⑳ |
| 23 | ⑳ | 25 | 26 | 27 |
| 30 | | | | |

7月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|----|----|----|----|
| | ① | 2 | ③ | ④ |
| 7 | ⑧ | 9 | ⑩ | ⑪ |
| 14 | 15 | ⑱ | ⑲ | 18 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 28 | 29 | 30 | | |

印のついている日に学校にいます

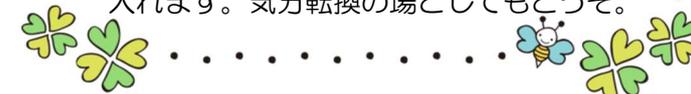


 開室時間



- ・ 田中 火/水 9時～16時半
- ・ 千坂 木曜日 10時～16時
- ・ 平野 金曜日 10時～16時

・*ドアが開いている休み時間や放課後は自由に
 ・入れます。気分転換の場としてもどうぞ。



おうちの方へ



私たちは、相談室で保護者の方や生徒さんの相談をお受けしたり、昼休みや放課後に生徒さんたちと触れ合ったり、先生方と話し合ったりしながら、生徒さんが安心して学校生活を送れるようサポートする役割です。1年生とは相談室のオリエンテーションを兼ねて、これから全員と面接をします。

お子さんの学校生活に関することでご心配がございましたら、ぜひご相談ください。1回50分で、勤務日に予約制でお受けしています。

申し込みの方法は、上のとおりです。よろしくお願いいたします。